

TÉRMINOS PARA COMPRENDER LA DIABETES TIPO 2

Definiciones de términos comunes relacionados con la diabetes tipo 2

LA DIABETES TIPO 2 Y EL NIVEL DE AZÚCAR EN LA SANGRE¹⁻⁴

Esta lista de términos puede ayudarle a comprender mejor la diabetes tipo 2, las complicaciones que pueden presentarse y las recomendaciones de atención generales. Si tiene preguntas, asegúrese de hablar con su médico o equipo de atención de la diabetes.

A1C

La prueba de A1C mide el nivel promedio de glucosa o azúcar en la sangre de una persona durante los últimos 2 a 3 meses. Puede proporcionar una idea de qué tan bien se ha llevado a cabo el control de azúcar en la sangre a través del tiempo. Los resultados se dan como un porcentaje o se los puede convertir al valor promedio de nivel de azúcar en la sangre con el tiempo. Para la mayoría de las personas con diabetes tipo 2, la Asociación Americana de la Diabetes sugiere un A1C de <7 %.

Glucosa en la sangre

También llamado azúcar en la sangre, es el azúcar principal encontrado en la sangre y la fuente más importante de energía del cuerpo. La cantidad de glucosa o azúcar en una cantidad dada de sangre se denomina nivel de glucosa en la sangre.

Medidor de glucosa en la sangre

Un medidor de glucosa en la sangre mide y muestra la cantidad de azúcar (glucosa) presente en la sangre. Hay diferentes tipos de medidores, por lo que es importante leer y comprender las instrucciones antes de comenzar con la prueba.



Monitoreo de glucosa en la sangre

La acción de controlar el nivel de azúcar o glucosa en la sangre a fin de controlar la diabetes se denomina monitoreo de glucosa en la sangre. Los resultados de los monitoreos regulares se pueden usar para determinar ajustes en el tratamiento y opciones de estilo de vida.

LA DIABETES TIPO 2 Y EL NIVEL DE AZÚCAR EN LA SANGRE¹⁻³ (CONTINUACIÓN)

Prueba de glucosa en la sangre en ayunas

Se la usa para diagnosticar prediabetes y diabetes, así como para controlar a las personas con diabetes; se trata de una prueba que mide el nivel de azúcar en la sangre después de que la persona ha estado de 8 a 12 horas sin comer (por lo general, durante la noche).

Hiperglucemia

La hiperglucemia, también llamada exceso de glucosa en la sangre, se produce cuando el nivel de azúcar en la sangre está por encima del valor deseado. Hable con su médico u otros integrantes de su equipo de atención de la diabetes tipo 2 si su nivel de azúcar en la sangre está elevado.

Hipoglucemia

La hipoglucemia es una afección que puede ocurrir cuando los niveles de azúcar en la sangre están por debajo de los valores normales. Entre los síntomas se incluyen hambre, nerviosismo, temblores, transpiración, mareos o aturdimiento, somnolencia y confusión. Hable con su médico u otros integrantes de su equipo de atención de la diabetes tipo 2 si su nivel de azúcar en la sangre está bajo.

Insulina

La insulina es una hormona elaborada por el páncreas que ayuda al cuerpo a usar el azúcar para producir energía. Cuando el cuerpo no puede producir suficiente cantidad de insulina, se la debe recibir mediante inyección o a través del uso de una bomba de insulina.



Resistencia a la insulina

La incapacidad de responder y usar la insulina producida por el cuerpo. Puede estar vinculada a la obesidad, la presión arterial alta y los niveles altos de grasa en la sangre.

Diabetes tipo 2

Caracterizada por niveles altos de azúcar en la sangre debido a falta de insulina o la incapacidad del cuerpo de usar la insulina eficientemente, la diabetes tipo 2 se desarrolla principalmente en las personas de mediana edad y adultos mayores pero puede presentarse en personas jóvenes también.

POSIBLES COMPLICACIONES Y PREOCUPACIONES RELACIONADAS CON LA DIABETES TIPO 2¹⁻²

Las complicaciones de una diabetes tipo 2 mal controlada pueden incluir daño a los ojos, el corazón, los vasos sanguíneos, el sistema nervioso, los dientes y las encías, los pies y la piel o los riñones.² Si bien estas complicaciones no están exclusivamente relacionadas con la diabetes, ocurren con mayor frecuencia en las personas con diabetes tipo 2.



Presión arterial

La fuerza del flujo sanguíneo dentro de los vasos sanguíneos se denomina presión arterial. La presión arterial se registra como una relación; por ejemplo, un nivel saludable de presión arterial es 120/80 mm Hg. El primer número representa la presión sistólica, o la presión cuando el corazón impulsa la sangre a través de los vasos sanguíneos. El segundo número representa la presión diastólica, o la presión en los vasos sanguíneos cuando el corazón se relaja entre latidos. Si la presión arterial es alta, se denomina hipertensión. *Consulte también Hipertensión.*

Vasos sanguíneos

Los vasos sanguíneos son tubos que transportan la sangre desde y hacia todas las partes del cuerpo. Los 3 tipos principales de vasos sanguíneos son las arterias, los capilares y las venas.

Enfermedad coronaria

La enfermedad coronaria está causada por el estrechamiento de los vasos sanguíneos que suministran sangre al corazón. Un ataque cardíaco se produce como resultado de la interrupción del suministro de sangre al corazón.

POSIBLES COMPLICACIONES Y PREOCUPACIONES RELACIONADAS CON LA DIABETES TIPO 2¹⁻² (CONTINUACIÓN)

Diálisis

Cuando los riñones fallan, la sangre debe limpiarse a través de un proceso artificial llamado diálisis, que se realiza usando un equipo especial. *Consulte también Insuficiencia renal.*

Hipertensión

También denominada presión arterial alta, la hipertensión es una afección que se presenta cuando el flujo a través de los vasos sanguíneos tiene una fuerza superior a la normal. Tener diabetes y presión arterial alta puede causar gran tensión sobre el corazón, lo que puede producir daño a los vasos sanguíneos y aumentar el riesgo de ataque cardíaco, accidente cerebrovascular, problemas renales y muerte.



Insuficiencia renal

Se trata de una afección crónica en la que los riñones ya no trabajan como deberían; el cuerpo comienza a retener líquido y desechos dañinos. Una persona con insuficiencia renal necesita diálisis o un trasplante de riñón para recuperar la función normal. *Consulte también Diálisis.*

Neuropatía periférica

La neuropatía es una enfermedad del sistema nervioso, y la neuropatía periférica es la forma más común de neuropatía. Afecta los pies, las piernas o las manos, y causa dolor, entumecimiento o sensación de hormigueo.

Accidente cerebrovascular

El accidente cerebrovascular es una afección causada por daño a los vasos sanguíneos en el cerebro que puede producir pérdida de la capacidad para hablar o mover partes del cuerpo.

DIABETES TIPO 2: DIETA Y PESO¹⁻²

Índice de masa corporal (IMC)

El IMC es una medición del peso de una persona en comparación con su estatura y se usa para calcular la cantidad de grasa corporal que tiene una persona y si la persona tiene bajo peso, sobrepeso, peso normal o es obesa.

Carbohidrato

Los carbohidratos representan uno de los 3 nutrientes principales en los alimentos y se encuentran en los almidones, los vegetales, las frutas, los productos lácteos y los azúcares.

Colesterol

El colesterol es un tipo de grasa producido por el hígado que se encuentra en la sangre y en algunos alimentos. El colesterol de lipoproteínas de alta densidad (HDL) puede ayudar a proteger el corazón. Las lipoproteínas de baja densidad (LDL) y los triglicéridos pueden elevar el riesgo de problemas graves, como la acumulación de colesterol en las arterias, lo que puede causar ataque cardíaco y accidente cerebrovascular.

Grasa

La grasa representa uno de los 3 nutrientes principales en los alimentos y se encuentra en la mantequilla, la margarina, los aderezos para ensaladas, el aceite, los frutos secos, la carne de res, la carne de aves de corral, el pescado y algunos productos lácteos.

Índice de glucemia

El índice de glucemia es una clasificación de los alimentos que contienen carbohidratos en función del efecto del alimento en el azúcar en la sangre en comparación con un alimento estándar de referencia.



Si desea obtener más información, visite el sitio web de la Asociación Americana de la Diabetes en <http://www.diabetes.org/food-and-fitness/food/what-can-i-eat/understanding-carbohydrates/glycemic-index-and-diabetes.html>.

Obesidad

La obesidad es una afección en la que hay una cantidad mayor que la normal de grasa en el cuerpo. Es más grave que tener sobrepeso y se define como tener un IMC de 30 o superior. *Consulte también IMC.*

Sobrepeso

Un peso corporal superior al normal se considera sobrepeso. Tener sobrepeso se define como tener un IMC de 25 a 29.9.

Proteína

La proteína es uno de los 3 nutrientes principales en los alimentos y se la encuentra en la carne de res, la carne de aves de corral, el pescado, el queso, la leche, los productos lácteos, los huevos y los frijoles secos.

DIABETES TIPO 2: CUIDADO DE LOS PIES Y LA PIEL¹⁻²

Pie de atleta

El pie de atleta es una infección fúngica que ocurre en la piel de los pies; es común en las personas con diabetes tipo 2. Los síntomas pueden incluir descamación, agrietamiento o sangrado de la piel así como también dolor. Algunas personas con diabetes tipo 2 no presentan síntomas y posiblemente no sepan que tienen una infección.

Juanete

Un juanete es un bulto que se forma en la primera articulación del dedo gordo del pie. Está causado por la inflamación de un saco de líquido debajo de la piel, que se enrojece, duele y se infecta.

Callo

Un callo es un área pequeña de piel, con frecuencia en la parte inferior del pie, que se engrosa y endurece a causa de roce o presión.

Cándida

La cándida es un hongo que se encuentra naturalmente en el cuerpo. Las personas con diabetes tienen un mayor riesgo de tener exceso de cándidas debido al aumento de azúcar en el cuerpo y al debilitamiento del sistema inmunitario. Puede causar infección, picazón, lesiones de la piel o sarpullido. Las áreas comunes de infección incluyen la boca, las axilas, la ingle, la vagina y las uñas.



DIABETES TIPO 2: CUIDADO DE LOS OJOS Y LA DENTADURA^{1,2,4}

Retinopatía de fondo

La retinopatía de fondo, que es un tipo de daño a la retina (recubrimiento posterior del ojo) caracterizado por sangrado, acumulación de líquido y dilatación anormal de los vasos sanguíneos, es una etapa temprana de la retinopatía diabética en pacientes con diabetes tipo 2.

Retinopatía diabética

También llamada enfermedad del ojo diabético, este tipo de retinopatía causada por la diabetes tipo 2 puede dañar los pequeños vasos sanguíneos en la retina, lo que produce pérdida de la visión.

Cataratas

Una catarata es una opacidad de la lente del ojo.

Glaucoma

El glaucoma es una afección del ojo que produce un aumento en la presión del líquido dentro del ojo, lo que puede causar pérdida de la visión.



Gingivitis

La gingivitis es una afección de las encías que puede causar inflamación y sangrado.

Enfermedad periodontal

La enfermedad de las encías se denomina enfermedad periodontal. Los pacientes con diabetes tipo 2 tienen un mayor riesgo de desarrollar enfermedad de las encías.

Referencias: **1.** American Diabetes Association. Common terms. <http://www.diabetes.org/diabetes-basics/common-terms>. Updated April 7, 2014. Accessed October 10, 2017. **2.** National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. National Diabetes Information Clearinghouse. *The Diabetes Dictionary*. Bethesda, MD: National Diabetes Information Clearinghouse; 2009. **3.** American Diabetes Association. Living with diabetes: A1C and eAG. <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/blood-glucose-control/a1c>. Updated September 29, 2014. Accessed October 10, 2017. **4.** U.S. Food and Drug Administration. Blood Glucose Monitoring Devices. <https://www.fda.gov/MedicalDevices/ProductsandMedicalProcedures/InVitroDiagnostics/GlucoseTestingDevices/default.htm>. Updated December 12, 2016. Accessed October 10, 2017. **5.** American Diabetes Association. Living with diabetes: diabetes and oral health problems. <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/oral-health-and-hygiene/diabetes-and-oral-health.html>. Updated October 10, 2014. Accessed October 10, 2017.

Certification

For regulatory purposes, AMPLEXOR Life Sciences certifies that services on project number **43456** for **cp-57927v1_023937-171010_1083080_M08_INA_TermsForUnderstandingYourT2D_ES** were performed in a professional manner, using qualified individuals and in accordance with generally recognized commercial practices and standards.

AMPLEXOR Life Sciences certifies final translations delivered to **Janssen Pharmaceuticals, Inc.** to be substantially true and accurate to the source-language original received from **Janssen Pharmaceuticals, Inc.**, both with regard to content and format.

AMPLEXOR Life Sciences certifies that the final translation and secondary validation were performed by separate and independent linguists.

Upon notification by **Janssen Pharmaceuticals, Inc.** within ninety (90) days from delivery of final translations, AMPLEXOR Life Sciences will, at its sole cost, correct any substantive errors, which are reported to AMPLEXOR Life Sciences and provide **Janssen Pharmaceuticals, Inc.** with a corrected deliverable.

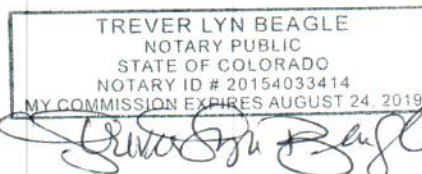


AMPLEXOR Life Sciences Signature

April 30, 2018

Date issued

Acknowledged before me this
30 of April, 2018
by Lea Hahlebeck
County of Broomfield.



Certification

For regulatory purposes, AMPLEXOR Life Sciences certifies that services on project number **43456** for **cp-57927v1_023937-**

171010_1083080_M08_INA_TermsForUnderstandingYourT2D_ES were performed in a professional manner, using qualified individuals and in accordance with generally recognized commercial practices and standards.

AMPLEXOR Life Sciences certifies final translations delivered to **Janssen Pharmaceuticals, Inc.** was secondary validated to accurately reflect the source-language original received from **Janssen Pharmaceuticals, Inc.**, both with regard to content and format.

AMPLEXOR Life Sciences certifies that the final translation and secondary validation were performed by separate and independent linguists.

Upon notification by **Janssen Pharmaceuticals, Inc.** within ninety (90) days from delivery of final translations, AMPLEXOR Life Sciences will, at its sole cost, correct any substantive errors, which are reported to AMPLEXOR Life Sciences and provide **Janssen Pharmaceuticals, Inc.** with a corrected deliverable.

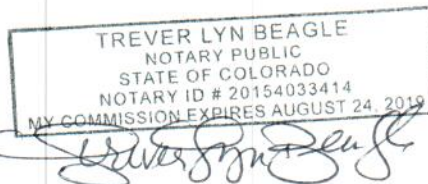


AMPLEXOR Life Sciences Signature

April 30, 2018

Date issued

Acknowledged before me this
30 of April, 2018
by Lea Hahbeck
County of Broomfield.



ENGLISH VERSION:
For reference only

diabetes

noun

– medical: a serious condition which the body cannot control the amount of your blood because you do not have enough insulin.
Origin of diabetes

TERMS FOR UNDERSTANDING YOUR TYPE 2 DIABETES

Definitions for Common Terms Related to Type 2 Diabetes

TYPE 2 DIABETES AND BLOOD SUGAR¹⁻⁴

This list of terms may help you better understand type 2 diabetes, the complications that may occur, and general care recommendations. If you have any questions, be sure to ask your doctor or diabetes care team.

A1C

The A1C test measures a person's average glucose or blood sugar level over the last 2 to 3 months. It can provide you with a picture of your blood sugar control over time. Results are given as a percentage or can be converted to the average blood sugar over time. For the majority of people with type 2 diabetes, the American Diabetes Association suggests an A1C of <7%.

Blood glucose

Also called blood sugar, it is the main sugar found in the blood and the body's main source of energy. The amount of glucose or sugar in a given amount of blood is called blood glucose level.

Blood glucose meter

A blood glucose meter measures and displays the amount of sugar (glucose) in the blood. There are different types of meters, so it is important to read and understand the instructions before taking the test.



Blood glucose monitoring

Checking blood glucose or sugar level in order to manage diabetes is called blood glucose monitoring. Results from regular monitoring can be used to determine adjustments in treatment and lifestyle choices.

TYPE 2 DIABETES AND BLOOD SUGAR¹⁻³ (CONT'D)

Fasting blood glucose test

Used to diagnose prediabetes and diabetes as well as to monitor people with diabetes, it is a test that measures the blood sugar level after a person has not eaten for 8 to 12 hours (usually overnight).

Hyperglycemia

Also called excessive blood glucose, hyperglycemia is blood sugar above a desirable level. Talk to your doctor or other members of your type 2 diabetes care team if your blood sugar is high.

Hypoglycemia

Hypoglycemia is a condition that may occur when blood sugar levels are lower than normal. Symptoms can include hunger, nervousness, shakiness, perspiration, dizziness or lightheadedness, sleepiness, and confusion. Talk to your doctor or other members of your type 2 diabetes care team if your blood sugar is low.

Insulin

Insulin is a hormone made by the pancreas that helps the body use sugar for energy. When the body cannot make enough insulin, it is taken by injection or through use of an insulin pump.



Insulin resistance

The inadequate ability to respond to and use insulin produced in the body. May be linked to obesity, high blood pressure, and high levels of fat in the blood.

Type 2 diabetes

Characterized by high blood sugar levels due to a lack of insulin or the body's inadequate ability to use insulin efficiently, type 2 diabetes develops most in middle-aged and older adults but can appear in young people.

POSSIBLE TYPE 2 DIABETES COMPLICATIONS AND CONCERNS¹⁻²

Complications of poorly controlled type 2 diabetes may include damage to the eyes, heart, blood vessels, nervous system, teeth and gums, feet and skin, or kidneys.² Although these complications are not exclusively related to diabetes, they occur more often in people with type 2 diabetes.



Blood pressure

The force of blood flow inside your blood vessels is called blood pressure. Blood pressure is recorded as a ratio; for example, a healthy level of blood pressure is considered 120/80 mm Hg. The first number represents the systolic pressure, or the pressure when the heart pushes blood through your blood vessels. The second number represents the diastolic pressure, or the pressure in your blood vessels when the heart relaxes between beats. If blood pressure is high, it's called hypertension. *See also hypertension.*

Blood vessels

Blood vessels are tubes that carry blood to and from all parts of the body. The 3 main types of blood vessels include arteries, capillaries, and veins.

Coronary heart disease

Coronary heart disease is caused by the narrowing of the blood vessels that supply blood to the heart. A heart attack results from the blood supply being cut off to the heart.

POSSIBLE TYPE 2 DIABETES COMPLICATIONS AND CONCERNS¹⁻² (CONT'D)

Dialysis

When the kidneys are failing, the blood must be cleaned through an artificial process called dialysis, which is done using special equipment. *See also kidney failure.*

Hypertension

Also called high blood pressure, hypertension is a condition present when blood flows through the blood vessels with a force greater than normal. Having diabetes and high blood pressure can put strain on the heart, damaging blood vessels and increasing the risk of heart attack, stroke, kidney problems, and death.



Kidney failure

Chronic condition in which the kidneys no longer work as they should; the body begins to retain fluid and harmful wastes. A person with kidney failure needs dialysis or a kidney transplant to regain normal function. *See also dialysis.*

Peripheral neuropathy

Neuropathy is a disease of the nervous system, and peripheral neuropathy is the most common form of neuropathy. It affects the feet, legs, or hands, causing pain, numbness, or a tingling sensation.

Stroke

A condition caused by damage to blood vessels in the brain, stroke may cause loss of ability to speak or move parts of the body.

TYPE 2 DIABETES: DIET AND WEIGHT¹⁻²

Body mass index (BMI)

A measure of how much a person weighs compared to his or her height, BMI is used to estimate how much body fat a person has and whether a person is underweight, a normal weight, overweight, or obese.

Carbohydrate

Representing one of the 3 main nutrients in food, carbohydrates are found in starches, vegetables, fruits, dairy products, and sugars.

Cholesterol

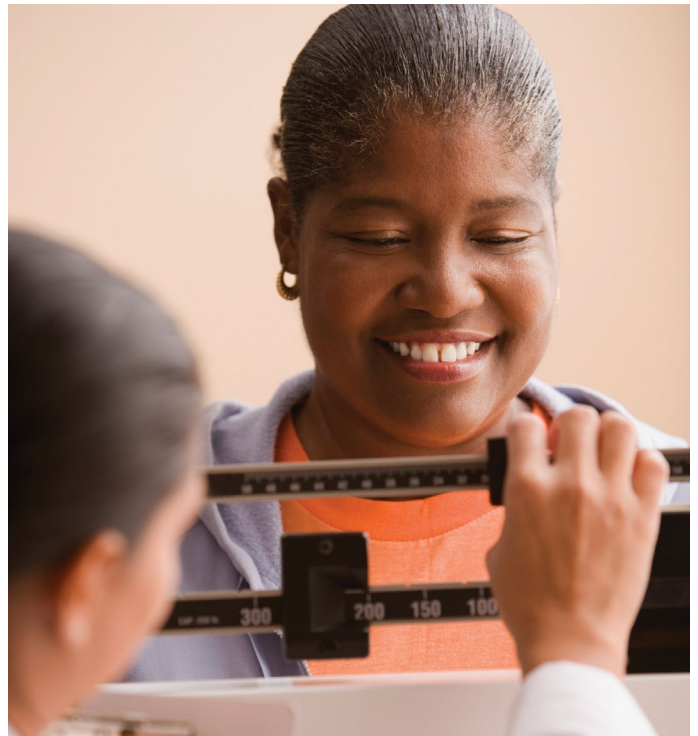
Cholesterol is a type of fat produced by the liver found in the blood and in some foods. High-density lipoprotein (HDL) cholesterol can help protect the heart. Low-density lipoprotein (LDL) and triglycerides can raise the risk of serious problems, such as buildup of cholesterol in the arteries, possibly leading to heart attack and stroke.

Fat

Representing one of the 3 main nutrients in food, fats can be found in butter, margarine, salad dressing, oil, nuts, meat, poultry, fish, and some dairy products.

Glycemic index

The glycemic index is a ranking of foods containing carbohydrates based on the food's effect on blood sugar compared with a standard reference food. For more information, visit the American Diabetes Association website at <http://www.diabetes.org/food-and-fitness/food/what-can-i-eat/understanding-carbohydrates/glycemic-index-and-diabetes.html>.



Obesity

Obesity is a condition in which there is a greater-than-normal amount of fat in the body. It is more severe than being overweight and is defined as having a BMI of 30 and above. See *also* BMI.

Overweight

An above-normal body weight is considered overweight. Being overweight is defined as having a BMI of 25 to 29.9.

Protein

Protein is one of the 3 main nutrients in food and can be found in meat, poultry, fish, cheese, milk, dairy products, eggs, and dried beans.

TYPE 2 DIABETES: FOOT AND SKIN CARE¹⁻²

Athlete's foot

Athlete's foot is a fungal infection that occurs on the skin of the foot; it is common in people with type 2 diabetes. Symptoms may include peeling, cracking, or bleeding of the skin as well as pain. Some people with type 2 diabetes have no symptoms and may not know they have an infection.

Bunion

A bunion is a bulge on the first joint of the big toe. It is caused by swelling of a fluid sac under the skin, becoming red, sore, and infected.

Callus

A small area of skin, oftentimes on the bottom of the foot, a callus becomes thick and hard from rubbing or pressure.

Candida

Candida is a fungus that is found naturally in the body. People with diabetes are at a greater risk to have overgrowth due to increased sugar in the body and a weakened immune system. It can lead to infection, causing itching, skin lesions, or rash. Common areas of infection include the mouth, armpits, groin, vagina, and nails.



TYPE 2 DIABETES: EYE AND DENTAL CARE^{1,2,4}

Background retinopathy

A type of damage to the retina (back lining of the eye) marked by bleeding, fluid accumulation, and abnormal dilation of the blood vessels, background retinopathy is an early stage of diabetic retinopathy in patients with type 2 diabetes.

Diabetic retinopathy

Also called diabetic eye disease, this type of retinopathy caused by type 2 diabetes can damage small blood vessels in the retina, resulting in loss of vision.

Cataract

A cataract is a clouding of the lens of the eye.

Glaucoma

Glaucoma is an eye condition that causes an increase in fluid pressure inside the eye, which may lead to loss of vision.



Gingivitis

Gingivitis is a condition of the gums that can cause inflammation and bleeding.

Periodontal disease

Disease of the gums is called periodontal disease. Patients with type 2 diabetes are at increased risk for gum disease.

References: **1.** American Diabetes Association. Common terms. <http://www.diabetes.org/diabetes-basics/common-terms>. Updated April 7, 2014. Accessed October 10, 2017. **2.** National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. National Diabetes Information Clearinghouse. *The Diabetes Dictionary*. Bethesda, MD: National Diabetes Information Clearinghouse; 2009. **3.** American Diabetes Association. Living with diabetes: A1C and eAG. <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/blood-glucose-control/a1c>. Updated September 29, 2014. Accessed October 10, 2017. **4.** U.S. Food and Drug Administration. Blood Glucose Monitoring Devices. <https://www.fda.gov/MedicalDevices/ProductsandMedicalProcedures/InVitroDiagnostics/GlucoseTestingDevices/default.htm>. Updated December 12, 2016. Accessed October 10, 2017. **5.** American Diabetes Association. Living with diabetes: diabetes and oral health problems. <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/oral-health-and-hygiene/diabetes-and-oral-health.html>. Updated October 10, 2014. Accessed October 10, 2017.